

## 「じゃがいものうち」通信 NO.59 2008.12.15

～ 障害者と共に生きる仲間たち～

NPO法人「じゃがいものうち」

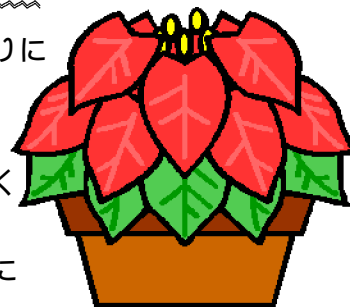
〒891-4404 鹿児島県熊毛郡屋久島町尾之間136-6

Tel./Fax/0997-47-3588 E-mail/npo-jaga@po.minc.ne.jp

URL: <http://www.minc.ne.jp/npo-jaga> 代表 松田 正

### 障害者とは？

先日、神山小学校から「ふるさと先生」ということで、障害のある人との関わりについて話してもらえないかと依頼がありました。人前で話をするのは苦手ですが、障害者への理解を深めてもらいたいという自分の思いやじゃがいものうちの理念もあり、引き受けました。けれども、子供達にどのように話せばわかりやすく伝えられるのかあれこれと考えていたところ、友人との話の中で「子供って、障害のあるなしに関係なく、素直に疑問ぶつけるよねっ」という話になり、素直に自分の思いを伝えるのがいちばんだと思いました。



授業では、じゃがいものうちの紹介をした後、障害のことを感覚的に分かってもらうために、『二人一組になり、一人はアイマスクをつけ黒板のところに行って、自分の名前を書いて下さい。誘導は、相棒に頼んで下さい。』という事で始めました。さっさと行く人、おそろおそろすり足で行く人、でも頼むことにはなれていないので、うまく頼めない人がいたりして！想定外の意外な発見でもありました。交代して体験をしてもらってから、話を始めました。

障害者と普通の人と区別するのではなく『世の中には、いろんな人がいるんだ』ということが伝えられればいいと思いました。例として視覚障害の話をしました。視覚障害といっても、全盲の人から晴眼者までの間には、実に様々な見え方の人がいるわけで、どこからが障害者でどこからが普通の人というのは便宜上の物差しでしかありません。『障害者という特別な人はいないんだ』ということは伝えられたと思います。

最後に、障害者だけではなく、お年寄りやベビーカーを押している人達など困っている様子を見かけたら、勇気を出して『何かお手伝いしましょうか？』と声をかけてあげて下さいとお願いして授業を終わりました。

初めてのことでどれだけわかってもらえたか心配でしたが、後日写真と共に、きれいな字でつづられた感想を頂きました。下手な話にもかかわらず理解してもらえたこと、とても嬉しく思いました。

今では、障害者に対する考え方も『障害を持った特別な人』ではなく『生活するのに支援の必要な普通の人』という考え方になってきました。つまり環境によって大きく変わると言うことです。たとえば、車いす利用者にとって、階段しかない施設の2階に行くには、特別な機械を使うか人に助けを求めるしか方法がありませんが、エレベータかスロープがあれば自力で行くことができます。歩ける人にとっては小さな事かも

しれませんが、車いすの人にとっては自分で行けるか行けないか天地ほどの差があるのです。また高齢などで膝を深く曲げられない人には、しゃがむタイプの和式トイレは使えませんが、座るタイプの洋式トイレなら利用可能となります。

障害者や高齢者にとって、社会や他人に心理的な負担を感じずに生きていける暮らしやすい社会にしていくために、障害をもった人達への理解を深めてもらうよう、気がついたことは積極的に発信していきたいと思っています。 (松田正)



## 安房小学校6年生との福祉交流

今年度安房小学校6年生の総合学習の中に「人の立場や気持ちを考え、共に行動することの大切さを学ぶ」というのがあります。その一環として“障害のある人の生活と現状を知り、ふれあう”為、約40時間を使い「じゃがいものうち」との交流を図りたいと、現在その計画が進んでおります。

障害を理解することはなかなか難しいことです。私たちも精一杯もてるものを出し、向かい合っています。

日常生活の中では障害者と出会う機会が非常に少なく、人の話しや本からの情報ではなかなか伝わりにくいものです。まずは触れ合うことを重点に計画致しました。



6月17日	身体障害者との交流	楯水生輪	
10月21日	福祉について講演	楯篤雄	
10月30日	知的障害者との交流	じゃがいも植え付け作業を午前中行う	
11月25日	視覚障害者との交流、	四宮英代、中井喜恵子	
12月2日	聴覚障害者との交流、	遊佐良樹、日高冬子	以上終了致しました
2月下旬	たんかんジュース作りでの交流		

### 【交流報告】

#### 視覚障害者について 11月25日(火)

「じゃがいものうち」と生徒との交流の一環として学校から依頼を受け、6年生39人を対象に視覚障害者の生活について、中井喜恵子さんと私、四宮が話をして来ました。

まず、2人の生活について話し、後半はアイマスクをつけて視覚障害の疑似体験をしてもらいました。2人一組になり、一人は手引き役をもう一人は全盲の人になってもらい、校内を手引き役の指示に従い歩きました。直後に感想を聞くと一斉に「怖かった」と言っていました。

以下は子供達の質問に応えながら話をすすめた報告です。

普段の生活について(中井喜恵子)

音声電磁調理器の指示に従い、天ぷら、煮物などから今はかからん団子も出来るようになった。

しょう油さし、油さしは倒れてもこぼれず、指で押せば必要量だけ使える。

冷凍食品の中身の判別は音声チップを使う。

音声携帯電話、音声時計で農作業や外出、交流をする。

ボタン付けやほころびは針の穴に工夫されたものを使い解決。

中井さんは積極的に生活補助具の情報を手に入れ、購入して出来るだけ人の手を借りない様にしています。

三味線を習う為、月に一度白杖をついて出かけるバスに乗った時の失敗談は、人が座っているところに自分が座ろうとしたこと。この時は顔から火ではなく体中から火が出るように恥ずかしかったが、次からは空席を確認しているので失敗はなくなった。このごろ運転手さんが親切なので安心してバスに乗ることが出来るようになった。



自立の手助けをしてくれるもの（四宮英代）

**盲導犬について**＝盲導犬を利用したい人は厳しい訓練（寮生活）を1ヶ月以上続け、日常生活のパートナーとなる。乗り物や歩行時の目となり、危険が迫れば身体をはってパートナーを守り、食事の時はテーブルのそばで待っている。便や尿は指示があるまでしない、等々。盲導犬と一緒に世界旅行をしている人もいる。一頭300万円位。今は貸与してくれる。8年～10年位で目や耳が不自由になり、役割を果たせなくなるとリタイアする。この犬を生涯にわたって見守るボランティア組織もある。

**点字について**＝ルイ・ブライユ（フランス人）が考案し、万国共通。6点を組み合わせ、裏面から凸面状に打ち込み表面を指の腹で文字、数字、アルファベット、図面、楽譜等を読みとる。読みとれるようになるまでには長期にわたる訓練が必要だが、慣れて来ると普通の人が読書をするのと同じくらいになる。

**白杖について**＝白杖は細いので頼りなくみえるかもしれないが、視覚障害者にとっては本当に目の代わりになってくれるありがたい補助具。これがないと殆ど外が歩けない。視覚障害者として知ってもらったり、障害物や段差を教えてくれたり、盲導犬に次ぐ頼りになる細い白杖。



### 目の病気、網膜色素変性症について

見え方はちがうが、私と中井さんとは同じ病気。

現代医学では不治で難病に指定されている。夜盲症（とり目）が初期症状で進行性で視野狭窄となり、失明に至ることが多いが、近年研究者の努力により少しずつ解明されており、あと10年か15年たったら治療法が出来るのではないかと期待をされている。

以上、長くなりましたが、子供達だけでなく一般の人にも視覚障害者の事を少しでも理解して頂けたら幸いです。付録 安房小の送迎は楯さんがしてくれましたが、車の中に水生輪さんが乗っていました。中井さんは水生輪さんのことは知っていましたが、このときが初めての対面となり、話が出来、お友達になれた様で嬉しかったとのことでした。車の中では目の見えない中井さんが身体の動かせない水生輪さんに「ここは耳？ここは目？」などと手でさわりながら話をしていました。スキンシップによる交流の一場面でした。「再会を楽しみにしている」と声はずませせておりました。

（四宮英代）

## 聴覚障害を持つ人・手話について～ 12月2日（火）

聴覚障害を持つ「遊佐良樹さん」が講師、手話の手伝いとして私「冬子」が安房小6年生の授業に行きました。まずは、6年生39名ということに緊張感をもちながら、あらかじめ考えていた自己紹介（手話を覚えた経緯や手話の不便さ便利さ、聴覚障害により困る事等）のカンニングペーパーを握りしめて授業開始。



生徒さん達は“うんうん”うなずいたり、驚いた表情を見せながら、よく話を聞いている様子。その後、手話で実際に表現し、簡単な挨拶を説明する時にはこちらが声をかける前に何人が手を動かしている生徒もいました。指文字表（50音）を使い、指文字で表す言葉を当てるクイズでは、8グループが「これかな、あれかな」と頭と指を使って相談。

そうして2時間はあっというまに過ぎ、最後は予定されていた生徒さん達の感想を聞く時間が足りなくなってしまうのが残念でしたが、短くても聴覚障害を持つ人について考えたり、コミュニケーションをとったり、手話を見て触れる機会を子供達に持ってもらえたことが嬉しいです。

良樹先生お疲れ様でした。（緊張する講師の隣で笑っていた日高冬子より）

「うれしい」（両手を胸の前で開き、交互に上下させる）

## みんなのおうちコーナー

### スタッフ・ボランティア募集しています！

利用者が少なくて寂しい思いをしていましたが、次第にみんなのおうちの考え方が理解されてきたのか、利用者が増えてきました。『ここはいいわー、とっても気が楽！』また自費利用の方からも『ここはいい、また来ていいか？』なんて言葉をもらうと内心『やったー！』という思い。最高のほめ言葉だと思います。ようやく思いが通じてきたって感じの毎日です。

家族の形態が変わり、介護の社会化が必要とされるようになって生まれたデイサービス。いくら社会の要請とはいえ、自分がやがては利用すると思えば、納得のいくものを作りたい。そんな思いで生まれたみんなのおうち。自宅にいる気軽さで、必要なサポートを受けられる、そんな場所を目指しています。

そんな、みんなのおうちにするために、利用者が増えてくればもっと多くのスタッフ・ボランティアが必要です。介護と言う仕事は、人生丸ごと、アイデンティティーのぶつかり合いの仕事です。ダイナミックな“生き方”の交流の仕事です。考えてみればこんなおもしろい仕事はない！もちろん大変な仕事ではありません。人生の大先輩にいろんな話を聞きながら、過ぎた時間を共有させてもらう。人生2人、3人分を生きられる仕事です。どうですか一緒にやってみませんか！  
(松田正)

### 同世代の人、いらっしやい！

だんだんみんなのおうちがにぎやかになってきました。それで今度は、同世代の人も見学に来てください。利用者さんでもスタッフでも歓迎します。よろしくお願い致します。  
(利用者第一号の楯水生輪)

### 「進め～！」

熱い思いも心情もなくポーンとこの仕事に飛び込んでしまった私。「あー失敗したな、私にはとても向いてない…」と何度思ったことが…。そんな私を充分承知の上で「この際腹を据えてやってみませんか～」の松田さんの言葉に心がほどけホッとしたのでした。利用者を励ますどころか反対に励まされ、時々言葉の出ない料理を作ってしまう私ですが、めげずに前進します！スタッフSさんは時々踊りながら仕事をしています。止めろと言われても私はいつかSさんとデュエットするぞ～。  
(長瀬富美子)



# 「おおぼらかい」 屋久杉ランド・紀元杉への森林浴

おおぼらかいでは、去る10月20日に森林浴に行ってきました。さわやかな秋の気配を求めて、地元にもなかなか出かけられない屋久杉ランド・紀元杉に総勢23名の人が参加しました。今後もこのようなお楽しみ会を企画していきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします。

## 「感性の蘇り」

標高千メートルの緊張した空気、これぞ屋久島の自然力でしょう、里に長年暮らして居ても、つい忘れていた体感でした。

紀元杉に会うのが久しぶりでしたが私にとって、この杉との出会いが屋久島生活の原点となったことが思い出されます。詳述は他葉におくとして、七年前に比べその樹勢の衰えは否めないでしょう。共に老々にあることを思い身につまされます。

林道の法面に自生する屋久杉の幼樹を見るにつけ、千年単位で営まれるこの島の生命力が美しい形で表現されておりました。

雨に洗われた路面に生える苔、子猫の毛のように見え思わずさわってしまいました。ふわふわして暖かでした。

昼食と休憩時には、ふだんあまり見ない生き生きとおられた皆さんのようすには感慨深いものがありました。

人間関係は論理や理屈ではなく自然の中に集い語る事に原点があるのでしょう。

これからも少し方向を変えてまた山行きをしたく思いました。

杉の幼樹から元気をもらい、苔からは自然のぬくもりを教えられ、人々からは励ましをいただき、この度の実行担当者の方々には大いなる感謝の一日でした。  
(小笠原勝弘)



## 「わが生涯のひと日の思い」

この度は思いがけなく「おおぼらかい」の屋久杉ランド森林浴に参加させて頂く事が出来、わが生涯の忘れ得ぬひと日となりました。

20kgの肥料二袋半程の私を抱え車椅子の前後を押したり引いたり吊り橋までエネルギーを出し切って下さった方々に本当に頭のさがる思いでした。

人の讃へる森林浴とはかくならむ  
屋久杉わたる太古よりの風  
奥山の杉の雫や神さぶる  
千古に続くみどりの清流  
屋久島の自然遺産に魅せられて  
一期一会の人ぞ寄り添ふ  
木漏れ陽のかすかに射せる杉山の  
朽葉くちはの匂ひ吸いつつ通る  
人といふ文字の如くに支へられ  
吾生かされて喜寿を越えたり

今年も一年が終ろうとしています。一年経てば必ず一つ年を重ね確実に少しづつ命がけづられて行く、それ故にさまざまな人との交流がよりいとおしく大切なものに思われ、人様のお力添えによって生かされて居るのだと身にしみております。あわただしく変わり行く世の中で、いつも優しく接して下さる皆さまへの「おかげさま」という感謝の気持ちでいっぱいです。

昼食のさつま汁のおいしかった事……。でもライター探しも大へんでしたね。歌あり踊りあり、いもだんごの加減の良さ、ととても嬉しゅうございました、本当に身も心も洗われました。八十路に近き吾に再び屋久杉とまみゆる事が出来るでしょうか？ “善人達よきひとたちに支えられて…………。”

最後に、いろいろお世話下さいました役員の皆さま方に厚くお礼申し上げます。又、記念の写真も楽しみにしています。  
(戸床マサ子)

# 豚味噌隠密計画第一弾ついに始動する！ 『味噌作り完了！』

11月21日（金）～22日（土） 栗生加工室  
尾之間の山田玲子さん、岩川みい子さん指導のもと、麦味噌400キロが完成致しました。心配した糎作りもとてもスバラシイ出来で作業の流れも完璧、まさに「指導者のおかげです」ありがとうございました。そして日程変更にもかかわらず駆けつけて頂いた皆様ご苦労様でした。この味噌の熟成を待ち、次は隠密計画第2弾豚味噌作りを計画致します。乞うご期待！（楯篤雄）



## 手をつなぐ育成会便り

### 年に一度のお楽しみ（種子島の運動会＆研修旅行） 10月16（木）～18日（土）

種子島で行われている「熊毛地区手をつなぐ育成会スポーツ大会」には4年前より参加しています。当初高速船トッピーに乗るのも初めてという人もいました。いまや恒例行事としてみんなの楽しみとなっております。今年はこの機会に研修旅行も計画しました。鹿児島県の南大隅町にある「社会福祉法人 白鳩会 “花の木農場”」を見学しました。花の木農場で感動した事は、現在の福祉情勢は利用者も事業者も負担が増し、厳しい状況を強いられている中でいち早く将来を察知され、収益事業に力を入れ、自立運営を実践されているところでした。



また、障害者の一般就労を第一目標にされ、月収13万円ももらっている方も少なくありません。国や行政に訴えているだけでなく、自らの努力により障害者の就労の確保に心懸けておられる姿が感銘致しました。そしてそこで働く方達の姿が生き生きと写り、だれが障害者なのか見た目には解りませんでした。私たちの目指す目標を見せて頂いたとても良い研修旅行でした。

旅行はいいな～、特に夕食後の自発的演芸カラオケ大会、突如現る人間ピラミッド。来年はもっと計画的に全員参加でやるぞー！（楯篤雄）

## 行事予定

### 餅つき会

今年は振る舞い餅のみで、個人の餅はつきません。

日時 12月22日（月） 9時集合  
場所 今年は「みんなのおうち」です。  
持ち物 エプロン、三角巾又はスカーフ、食器（箸、茶碗、コップ）  
昼食はつきたての餅、ごった煮汁（中身、具の寄付大歓迎）

### 新春茶話会

日時 1月4日（日） 12時～15時  
場所 「じゃがいものおうち」  
持ち物 一品持ち寄り、はし、食器、飲み物

### タンカンジュース作り、じゃがいも掘り

日時 2月下旬～3月中旬

## 喫茶コーナー



### 喫茶でおしゃべりをしてみませんか

3ヶ月前、NHKの「ためしてガッテン」という番組で「予防効果8倍！アルツハイマー病制圧3原則」が放映されていました。「アルツハイマー病は原因も予防も不明と考えられてきましたが、いま世界の最新研究でどのような生活を送れば予防できるのかが次々と明らかになっている」のです。その予防の3原則は次の通りです。

3倍なりにくくする予防術＝「有酸素運動をする」

8倍なりにくくする予防術＝「を持つ」

6倍なりにくくする予防術＝「生活習慣病にならない食生活」

にはどういう言葉が入ると思われますか？ な、な、なんと「話し相手」です。

8年前にヨーロッパで発表された研究によると、「1,203人を3年間追跡した結果、家族や友達が多く社会的接触が多い人に比べ、乏しい人は認知症の発症率がおよそ8倍」だったそうです。その理由として、「会話をすることによって脳が活性化し、アルツハイマー病になるのを抑える効果があったのではないかと考えられている」そうです。しかし、皆が皆多くの家族や友人に恵まれているわけではありません。話し相手が必要な時、是非喫茶にお立ちよりください。そして、いっぱいおしゃべりをしてみませんか？

(松本活栄)

### ごまめのつぶやき

アメリカ発の金融恐慌が世界に吹き荒れ、日本にもその影響が多くの面で現れ、人々の不安はつり重くのしかかっています。この様な時にはものの見方が狭くなり、日本のこと地域のこと家族のことなどに重きがおかれてきます。これは生活防衛上から言っても当然でしょう。私もどっぷりとその中に浸かっていましたが、ここ数日パレスチナやバングラデシュに関する映画や講演、テレビ報道によるとアフリカ難民の子供達特にダメージを受けているそうです。同じ人間なのにといいう不条理さを見せつけられた思いでした。

パレスチナでは古居みずえさん、バングラデシュでは宮川真一さんの地道ではあるが、暖かいまなざしを持った活動にふれ、心が洗われました。また、多くの人々が世界で起こっている不条理に関心を持ち、出来ることから少しずつでも関わり、一日も早く人々が戦争や飢え、病気などの苦しみから解放される日を願いながら私でも出来ることを探してみたいと思います。同時に宮沢賢治が「不幸な人がいる限り自分は幸せになれない」と言う言葉が甦り、広く世界を見て行こうと心に誓ったところです。

(四宮英代)

### 感謝録 (9月17日～12月13日敬称略)

いつもご支援、ご協力ありがとうございます。(じゃがいものおうち、みんなのおうち)

秋山けさき 笹川芳子 飯田かおる 財部ひろ子 山田由紀子 大原貞子 後藤田由利美 岩川絹子  
遊佐サエ子 清田かおり 太田美代子 西森利江 長谷川英紀 寺田和子 千葉美由樹 輪島武子  
日高チズ 福島史子 星川加代子 日高ヨリ 高田勝子 塚田哲夫 江崎重明 石原幸江 大垣千鶴  
日高ユキ子 古屋浩三

### 編集後記

味噌作り等いろいろありまして、通信作業のスタートが遅れました。原稿依頼をした人達に締切りは三日後という無理を押しつけてしまい申し訳ありませんでした。しかし皆さん胸の中に溜まっていたのか、吹きこぼれそうな程の熱い原稿ばかりでした。みんなのおうちがスタートしてあわただしい一年が過ぎようとしていますが、活動の内容が地に足をつけてきたというか、充実してきた様に思います。皆様本当にありがとうございました。年の瀬まじかになりました。風邪などひかぬよう良いお年をお迎えください。

(楯)



じゃがいものうちの会員であります日高利枝子さん(享年57歳)がかねてより病氣加療中のところ、11月16日(日)午前2時15分になくられました。心よりご冥福をお祈りします。

リエちゃん  
天国で楽しんでる?  
2人で色々行けたね  
飛行機に乗った時は  
ドキドキしたよね  
TDLは楽しかった~  
温泉は気持ち良かった~  
色々たくさん思い出ありがとう  
感謝 感謝 感謝 です。  
これからも会いましょう!!  
ヤンちゃん

リエちゃん  
一緒にいろいろ楽し  
がたよ。おは...  
ゆう子ちゃんね。おは。  
よう子ちゃんね。

リエ子姉ちゃん  
ありがとうね  
またまたね  
おはよ ね

永遠の天使利枝ちゃん  
お疲れ御苦労様でした  
お棺

水戸黄門のお姫様  
超オモロかった  
よ 眠

リエちゃん  
いままで  
ありがとう  
信紙

リエちゃん  
又会おうね  
松本ゆうこ

いろんなことに勇気  
かせてくれたありがとう  
たくさん笑顔あり  
がとう ヒゲのシゲ



またデート  
15日!!  
お見送

利枝ちゃん  
文化祭頑張  
たね!!  
鹿島

お父さんと一緒に  
寂しくないな

ありがとうリエちゃん!  
たくさん教えて  
もらったね... ねね

リエちゃん  
おんねのおうちで  
両手をあげてお祈り  
くれた姿を覚えて  
せんよ~!  
ありがとう  
お棺

みんなのおうち  
で56年の誕生日  
お祝いした人とお祈り  
したお祝いした  
お祝いした(お祝い)  
お祝いしたお祝い  
お祝いしたお祝い

水戸黄門のお姫様役  
だったリエちゃん、楽しかった  
なあ。おしゃべり、もっと  
したかったです。ふゆこ

リエちゃん 頑張ったね。  
そに、一杯ありがとう  
松本 活保

リエちゃん  
幸せの種をいっぱい  
まいてくれたありがとう  
お棺

利枝子ちゃんには  
思い出ありがとう。  
又、会おうね。お棺